
¡Viva la
pasta!
La cocina de Sumito
EL NACIONAL

¡Viva la pasta!

La cocina de Sumito

¡Viva la pasta!
Sumito Estévez
2008

ISBN 978-980-388-401-7
Depósito legal LF54520086410

DIARIO EL NACIONAL

Presidente Editor Miguel Henrique Otero
Presidente Ejecutivo Manuel Sucre
Editor Adjunto Simón Alberto Consalvi
Gerente de Unidad de Nuevos Negocios Tatiana Iurkovic
Gerente de Desarrollo de Nuevos Productos José Antonio Maldonado B.
Jefe de Proyectos Astrid Martínez C.

C.A. Editora El Nacional
RIF J-00012242-3

EL NACIONAL

Fotografías Ángel Rodríguez
Coordinación editorial Rafael Atias
Edición Yolanda Pérez Ayala
Diseño gráfico Pedro Mancilla

Editorial CEC, S.A.
RIF: J-30448800-9
libros@el-nacional.com
Apartado postal 75194, Caracas 1071-A
Venezuela
www.el-nacional.com

Impreso en Colombia por Divinni S.A.



Pasta

LA PRIMERA VEZ

La primera vez que a un cocinero lo nombran jefe de una cocina termina por ser una fecha que lo marca para siempre. Es una oportunidad que difícilmente se repite, más si tenemos en cuenta que las razones para que ese ascenso tenga lugar son iguales a las de toda profesión: una mezcla explosiva del momento preciso, suerte y sobre todo tino para entender el alcance de la oferta que le plantean. En mi caso eso sucedió en 1991 cuando, debido a la renuncia del Chef, me ofrecieron el cargo de jefe de cocina de un restaurante italiano. Hoy, luego de todos estos años, casado con una venezolana de origen italiano y con derroteros que me llevaron a cocinar otras cosas, cada vez que deseo refugiarme en mis recuerdos no es extraño que me ponga a cocinar pasta, porque en ese mundo (tan íntimamente ligado a los venezolanos) es que comencé a idear platos y a entender la grandeza de la fusión que se ha dado entre la cultura de quienes llegaron y la nuestra... Seguramente por eso es que los platos de este volumen son de los más hermosos de la colección.

Sumito Estévez

Fetuccini con rúgula y queso brie

Para 4 porciones

INGREDIENTES

100 gramos de mantequilla de excelente calidad
4 cucharadas de alcaparras enanas
1/2 taza de nueces picadas en trozos pequeños
150 gramos de queso mozzarella en cuadritos
100 gramos de queso brie, no muy madurado, en cuadritos
1 taza de rúgula en juliana
Sal
3 cucharaditas de pimienta groseramente molida
400 gramos de fetuccini cocidos

PREPARACIÓN

1. En un sartén grande, coloque la mantequilla y deje que se derrita a fuego bajo.
2. Revuelva constantemente hasta que tenga un color ámbar y huela a avellanas.
3. En ese momento, agregue las alcaparras enanas y las nueces, espere 10 segundos y añada la mozzarella.
4. Revuelva unos 30 segundos, agregue los ingredientes restantes y mezcle inmediatamente con los fetuccini.





Salsa de mariscos para fetuccini

Para 4 porciones

INGREDIENTES

PARA EL CALDO

1/2 taza de aceite de oliva
1 zanahoria cortada en cuadros pequeños
1 céleri cortado en cuadros pequeños
1 cebolla cortada en cuadros pequeños
1 bulbo de hinojo cortado en cuadros pequeños
2 tazas de vino blanco
La cabeza de 1 mero pequeño
1 1/2 litro de agua
1 hoja de laurel
2 clavos de olor
2 "pétalos" de anís estrellado

* Ver glosario

PARA LA SALSA

1/4 de taza de aceite de oliva
1/2 taza de cebolla finamente picada
1/2 zanahoria finamente picada
1 cucharadas de ajo muy finamente picado
1 cucharadita de páprika*
1 cucharadita de peperonccini*
60 gramos de ruedas de calamar
80 gramos de camarón pelado
80 gramos de pulpo, previamente cocinado y cortado en ruedas pequeñas
24 guacucos
3 cucharaditas de sal, aproximadamente
1 cucharada de maicena diluida en agua
1/2 de taza de perejil finamente picado
400 gramos de fetuccini cocidos



Salsa de mariscos para fetuccini

Para 4 porciones



PREPARACIÓN DEL CALDO

1. En una olla, caliente bien el aceite de oliva.
2. Agregue los vegetales del caldo cortados en cuadros pequeños y sofría por 5 minutos.
3. Añada el vino blanco y deje reducir hasta que prácticamente haya desaparecido el líquido.
4. Finalmente, agregue el resto de los ingredientes y cocine a fuego muy bajo, hasta que sólo queden 3 tazas de líquido. Cuele y reserve este caldo.

PREPARACIÓN DE LA SALSA

1. En un sartén grande o una olla ancha, caliente el aceite de oliva. Agregue la cebolla, la zanahoria y el ajo, y sofría por un par de minutos.
2. Añada la páprika, el peperonccini y las ruedas de calamar y saltee la mezcla por un minuto.
3. Agregue el camarón y saltee un par de minutos más.
4. Para finalizar, incorpore el pulpo, los guacucos y el caldo de pescado reservado.
5. Cuando hierva, añada la sal y espese con la maicena diluida.
6. Revuelva con unos fetuccini recién sacados del agua hirviente y, justo al momento de servir, mezcle con el perejil picado.

Palabras de un Chef

"Muchas conversaciones con amigos cocineros giran alrededor de Italia. Para un cocinero latinoamericano, este país representa el paraíso".

Sumito Estévez

Fetuccini con salsa de jamón serrano

Para 6 porciones

INGREDIENTES

PARA LA SALSA

2 cucharadas de aceite de oliva
1 tallo pequeño de ajo porro en ruedas
20 gramos de jamón serrano picado fino
1/2 litro de crema de leche
Sal y 5 "vueltas" de pimienta negra (vueltas de pimentero)

PARA LA PRESENTACIÓN FINAL

600 gramos de fetuccini al dente
2 cucharadas de aceite de oliva
1 diente de ajo en láminas finas
6 cucharadas de piñones
1 cucharada de mantequilla
La parte blanca de 1 ajo porro en juliana
Sal y 5 "vueltas" de pimienta negra
150 gramos de jamón serrano en tiritas
6 cucharadas de perejil fresco



PREPARACIÓN DE LA SALSA

1. En una olla con aceite de oliva, sofría a fuego bajo el ajo porro hasta que transparente.
2. Agregue el jamón serrano cortado finamente y sofría 1 minuto más.
3. Añada la crema de leche y la pimienta recién molida y cocine hasta que la salsa haya espesado. Una vez espesa agregue la sal necesaria.

PARA LA PRESENTACIÓN FINAL

1. Mientras se cocina la salsa, en un sartén con aceite de oliva dore las láminas de ajo y retírelas del fuego.
2. En el mismo sartén dore los piñones y retírelos del fuego.
3. Agregue al sartén la cucharada de mantequilla y sofría a fuego bajo la juliana fina de ajo porro. Añada la pimienta y la sal y reserve caliente.
4. Justo al momento de servir, caliente de nuevo la salsa y agréguele la juliana de jamón serrano y el perejil fresco.
5. Revuelva con la pasta y sirva en cada plato.
6. Espolvoree con las láminas doradas de ajo y los piñones.
7. Finalmente, coloque, a modo de corona, la juliana de ajo porro.





Fetuccini negro con hojuelas de bonito

Para 4 porciones

INGREDIENTES

400 gramos de fetuccini negro (hecho con tinta de calamar)
4 cucharadas de mantequilla
1 cucharada de aceite de oliva
8 cucharadas de picadillo base (ver índice)
6 cucharadas de hongos shiitake* en juliana
2 tazas de crema de leche
1 cucharada de hondashi*
2 cucharadas de salsa de soya oscura*
1 cucharadita de pimienta negra recién molida
1 cucharadita de sal
200 gramos de camarón pequeño pelado
4 cucharadas de cilantro fresco picadito
8 cucharadas de hojuelas de bonito*

*Ver glosario



PREPARACIÓN

1. Saltee el picadillo base en un sartén con la mantequilla y el aceite de oliva. Al cabo de 5 minutos, agregue la juliana de hongos shiitake, la crema de leche, el hondashi, la sala de soya oscura, la pimienta negra, la sal y los camarones.
2. Cocine a fuego medio hasta que la salsa espese.
3. Una vez que retire la salsa del fuego, agregue el cilantro fresco y añada revolviendo los fetuccini previamente cocinados en agua hirviendo.
4. Al momento de servir la pasta en los platos, disponga la salsa y espolvoree cada uno con un par de cucharadas de hojuelas de bonito.

Pasta al filetto di pomodoro

Para 4 porciones

INGREDIENTES

2 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla mediana, cortada en cuadros muy finos
1 cucharada de ajo muy finamente picado
1 taza de tomate en lata licuado y pasado por colador, que esté bastante líquido
1 cucharada de azúcar
1 cucharadita de sal
3 tomates enteros, maduros pero firmes
1/2 taza de aceite de oliva
1 cucharada de ajo, finamente picado
14 hojas grandes y frescas de albahaca, cortadas en juliana justo antes de servir
Pasta al dente (espagueti, fetuccini, macarrones o la pasta de su preferencia)
150 gramos de queso parmesano reggianno
2 cucharaditas de pimienta negra recién molida, gruesa preferiblemente

PREPARACIÓN

1. En una olla, ponga a marchitar a fuego medio por 5 minutos la cebolla y el ajo en las 3 cucharadas de aceite de oliva.

2. Agregue el tomate licuado, la sal y el azúcar. Cocine a fuego muy bajo hasta que la salsa espese bien.

3. Haga una pequeña incisión en cruz a cada tomate por su parte superior.

4. Coloque una olla con abundante agua al fuego. Cuando hierva el agua, meta los tomates por 30 segundos, sáquelos y colóquelos en agua con hielo.

5. Pele los tomates, ayudándose con la puntica de piel que sobresale en el lugar de la incisión.

6. Píquelos en dos, quite las semillas y córtelos en juliana gruesa.

7. En un sartén grande caliente bastante el aceite de oliva, agregue el ajo restante y dore 30 segundos.

8. Añada la juliana de tomate pelado y cocine 30 segundos más.

9. Agregue la salsa de tomate, la juliana de albahaca y retire del fuego.

10. Mezcle la salsa con la pasta, espolvoree (ya en el plato) con abundante parmesano rallado y corone con la pimienta groseramente molida.



Palabras de un Chef

"Dudo que haya plato más bonito
en la tierra que aquel que queda vacío,
salvo por unos restos de una salsa que
evidentemente ha sido barrida con pan.
¡Un plato así da hambre!".

Sumito Estévez

Historia del sabor



LOS BENEFICIOS DE LA PASTA

En la actualidad está científicamente comprobado que la pasta tiene muchos efectos benéficos para el ser humano. La pasta es una comida recomendada ampliamente por los dietistas gracias a su contenido de hidratos de carbono, que se traduce en más energía para el cuerpo, y a su fácil digestión. Por ello, deportistas y personas que han pasado por un gran desgaste físico tienen en la pasta a uno de los mejores aliados alimenticios para el mantenimiento de la salud.

Lingüini sobre crema de parmesano

Para 4 porciones

INGREDIENTES

400 gramos de lomito cortado en tiras
3 cucharadas de salsa de ostras*
2 1/2 cucharaditas de pimienta negra
1 cucharadita de polvo cinco especias*
1/2 taza de jerez
4 cucharadas de aceite de oliva
4 cucharadas de cebolla, picada en cubos
1 cucharadita de ajo, finamente picado
1/2 taza de leche
1/2 taza de crema de leche
1/2 taza de queso parmesano reggianno rallado
2 cucharadas de aceite vegetal
1 cucharada de jengibre finamente picado
1 cucharada de ajo picado
1/2 taza de juliana de berenjena sin su piel
1/2 taza de juliana cruda de hojas de brócoli
1 taza de brócoli hervido al dente y troceado
1 cucharada de aceite de ajonjolí
1/2 kilo de lingüini de harina integral al dente

* Ver glosario

PREPARACIÓN

1. Marine, por al menos durante 1 hora, la carne con 1 cucharada de salsa de ostras, 1 cucharadita de sal, 2 cucharaditas de pimienta negra, el polvo cinco especias y el jerez.

2. Aparte, marchite en una olla la cebolla y el ajo en el aceite de oliva por 5 minutos, a fuego bajo.

3. Agregue la leche, la crema de leche y el queso. Cuando el queso se haya derretido, licue todo y regrese a la olla, de ser necesario añada 1/2 cucharadita de pimienta y sal, y reserve manteniendo todo caliente.

4. Preferiblemente en un wok (en su defecto en un sartén grande muy caliente), agregue el aceite vegetal y dore, por 30 segundos, el jengibre y el ajo restante.

5. Añada el resto de los ingredientes y cocine hasta que la carne esté lista. Agregue los lingüini y revuelva.

6. Sirva sobre cada plato la crema de queso y sobre ella el salteado de pasta.







Papardelle con ragú de pato

Para 4 porciones

INGREDIENTES

PARA EL CONFIT DE PATO

4 muslos de pato (2.5 kilos)
50 gramos de sal
170 gramos de azúcar
1 cabeza de ajo cortada en trozos
2 hojas de laurel
2 cucharadas de polvo cinco especias*
2 cucharadas de aceite de oliva
10 gramos de tomillo fresco
Al menos 4 tazas de grasa de pato derretida

PARA EL RAGÚ DE VEGETALES

4 cucharadas de grasa de pato
150 gramos de cebolla cortada en brunoise*
100 gramos de celeri
100 gramos de ajo porro finamente picado
60 gramos de hinojo picado en brunoise
60 gramos de pimentón rojo
picado en brunoise
2 cucharadas de ajo en pasta
1/2 taza de vino blanco
4 cucharadas de azúcar
1 litro de tomate en lata, picado groseramente
Bouquet garni* compuesto
de 2 hojas de laurel, tomillo y perejil
Sal

PARA LA PASTA

375 gramos de harina de trigo
125 gramos de sémola*
3 cucharadas de aceite de oliva
3 huevos enteros batidos
1 taza de jugo de naranja, reducida
a fuego alto a 1/2 taza
3 cucharadas de ralladura de naranja
2 cucharadas de hojas de tomillo fresco
1/2 taza de agua
Máquina para estirar pasta

PARA TERMINAR EL PLATO

4 pechugas de pato cortadas por la mitad
100 gramos de mantequilla
2 cucharadas de ralladura de naranja

*Ver glosario



Papardelle con ragú de pato

Para 4 porciones

PREPARACIÓN DEL CONFIT DE PATO

1. Prepare una mezcla con la sal, el azúcar, el ajo, el laurel, el polvo cinco especias, el aceite de oliva y el tomillo.
2. Frote bien los muslos de pato con esta mezcla y deje marinando por al menos 24 horas.
3. Al cabo de este tiempo, coloque los muslos en una bandeja y cúbralos totalmente con grasa de pato. Cocine a fuego muy bajo en el horno, a 100°C (200°F), hasta que la carne, prácticamente, se separe del hueso. Este proceso toma al menos un par de horas.
4. Escurra los muslos y desméchelos.

PREPARACIÓN DEL RAGÚ DE VEGETALES

1. Aparte, en una olla, marchite en grasa de pato la cebolla, el céleri, el ajo porro, el hinojo, el pimentón y el ajo.
2. Una vez cocinados los vegetales, agregue el vino y deje reducir a la mitad.
3. Luego, añada los ingredientes restantes del ragú y cocine a fuego bajo hasta que espese (1 hora).
4. Agregue el desmechado de confit de pato y retire del fuego.



PREPARACIÓN DE LA PASTA

1. Mezcle la harina de trigo con la sémola, sal, tomillo y ralladura de naranja.

2. Haga un volcán con la masa y agregue los ingredientes restantes.

3. Amase hasta obtener una masa de pasta homogénea.

4. Pase la masa por la máquina de estirar hasta obtener una capa lo más delgada posible.

5. Córtela en tiras de 2 centímetros de ancho por 20 centímetros de largo.

6. Deje secar las tiras de masa y reúnalas en raciones de 100 gramos.

PARA TERMINAR EL PLATO

1. Antes de servir, en un sartén dore a fuego medio 1/2 pechuga por el lado de la piel y voltéela, cocínela por 1 minuto y córtela en lonjas finas.

2. Cocine la pasta en agua hirviendo.

3. Luego, saltee la pasta en otro sartén con 1 cucharada de mantequilla.

4. Coloque el ragú en el medio del plato, sobre él la pasta, sobre la pasta las lonjas de pato y, finalmente, espolvoree con ralladura de naranja.

Pasta doblada de chocolate

Para 6 porciones

INGREDIENTES

450 gramos de harina de trigo
50 gramos de cacao en polvo
3 huevos
1 cucharadita de sal
1/2 taza de agua
6 cucharadas de aceite de oliva
1 cucharadita de ajo finamente picado
2 tazas de champiñones cortados en lonjas
1 cucharadita de pimienta negra recién molida
1 cucharadita de sal
1 1/2 taza de parmesano rallado
4 cucharadas de aceite de oliva
1/2 taza de cebolla finamente picada
1 taza de leche



PREPARACIÓN

1. Mezcle la harina, el cacao y la sal, y homogenice con los huevos, agregando agua de ser necesario, para obtener la masa.

2. Estire la masa hasta que esté fina (como para lasaña), córtela en ruedas de 8 centímetros de diámetro y reserve.

3. Caliente el aceite de oliva en un sartén y agregue el ajo y los champiñones, dore a fuego alto por un par de minutos y, de haberlo, deseche el líquido.

4. Agregue la pimienta, la sal y 1/2 taza del queso parmesano.

5. Coloque un poco de este relleno en el centro de cada rueda de masa.

6. Moje la orilla de cada rueda de masa con una brocha humedecida con agua y doble por la mitad de tal manera que quede como una media luna, apretando bien el borde para que se pegue.

7. Coloque el índice en el centro de la media luna y con la otra mano doble las dos puntas hasta que se encuentren.

8. Marchite la cebolla con el aceite de oliva restante, añada la leche y el queso parmesano restante y espere a que se derrita.

9. Licue bien esta mezcla y sírvala en el fondo de cada plato.

10. Cocine la pasta rellena en agua hirviendo y sirva sobre la crema de queso.





Pasta corta con pesto de remolacha

Para 6 porciones

INGREDIENTES

PARA LA MASA DE LA PASTA CORTA

300 gramos de harina de trigo
3 huevos enteros batidos
2 cucharadas de páprika*
1 cucharadita de sal
1 cucharada de aceite de oliva
40 gramos de mantequilla
Sémola*

PARA EL PESTO DE REMOLACHA

1 taza de hojas de albahaca bien apretadas
6 dientes de ajo
1 taza de aceite de oliva
150 gramos de remolacha cruda, cortada en cubos pequeños
100 gramos de queso parmesano rallado
Sal
250 gramos de queso azul cortado en cubos bien pequeños

* Ver glosario



PREPARACIÓN DE LA MASA PARA LA PASTA CORTA

1. Mezcle bien todos los elementos de la masa y déjela reposar 1 hora.
2. Utilice la máquina para estirar pasta hasta que quede muy fina (como para lasaña). Corte rectángulos de 1 centímetro x 5 centímetros
3. Con la ayuda de un lápiz, enrolle los rectángulos en espiral para formar pequeños tubitos.
4. Coloque la pasta sobre una bandeja con sémola y déjela secar hasta que esté dura.
5. Al momento de servir el plato, cocine la pasta en abundante agua hirviendo con sal. Una vez colada, mezcle en caliente con la mantequilla.
6. Coloque la pasta con mantequilla en cada plato, sobre ella un par de cucharadas de pesto de remolacha y cubra, finalmente, con el queso azul.

PREPARACIÓN DEL PESTO DE REMOLACHA

1. Licúe bien la albahaca junto con el ajo y el aceite.
2. Aparte, en un procesador de alimentos, triture la remolacha hasta que esté hecha un puré pero no agregue ningún líquido.
3. En un bol, una la remolacha con la albahaca. Agregue el queso parmesano y la sal que sea necesaria (dependerá del queso usado).

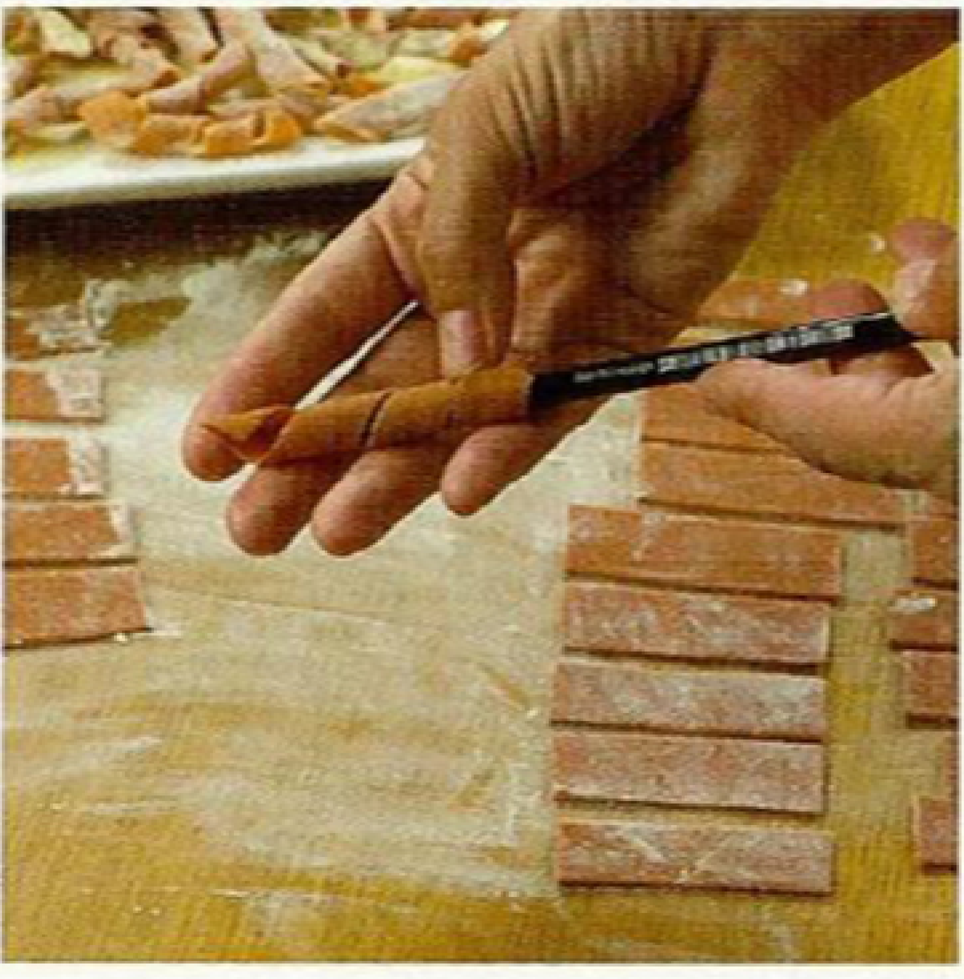
¿Cómo se hace? en la página siguiente ▶

¿Cómo se hace?

Pasta corta con pesto de remolacha



Utilice la máquina para estirar pasta hasta que quede muy fina como para lasaña.



Con la ayuda de un lápiz, enrolle los rectángulos en espiral para formar pequeños tubitos.

Historia del sabor



PIMIENTA (*Piper nigrum*)

Originaria de las costas de Malabar, India, la pimienta ha fascinado, durante siglos, el paladar y el olfato del hombre y es una de las especias más populares.

En la Edad Media era más valiosa que el oro y con ella se pagaban dotes, diezmos, etc. Hoy día, conseguimos con facilidad y a precios bajos varios tipos de pimienta, que aunque proceden de una misma planta cambian de nombre debido a los distintos procesos de maduración. La negra es el fruto recogido cuando el grano está en la mitad de su maduración y su color se debe al secado al sol. La blanca es el fruto maduro al que se le ha removido la cáscara sumergiéndolo en agua. La pimienta verde se obtiene del fruto inmaduro.

Otras plantas son consideradas variedades de esta especia como la pimienta guayabita, una de las poquísimas originaria del oeste del planeta. De aroma agradable y sabor picante, recuerda al clavo, la canela y la nuez moscada. Colón la introdujo en Europa y luego se hizo muy popular en todo el mundo.

Tortelloni gigantes, rellenos de cordero

Para 6 porciones

INGREDIENTES

PARA LA MASA DE TORTELLONI

300 gramos de harina de trigo
3 huevos
2 cucharadas de aceite de oliva
2 cucharaditas de sal
1/8 de taza de agua
18 hojas de albahaca sin tallo

PARA EL RELLENO

1,2 kilos de cordero con hueso
1 cucharada de pimienta negra recién molida
2 cucharadas de tomillo fresco
2 cucharadas de ajo finamente picado
4 cucharadas de aceite de oliva
200 gramos de parmesano rallado
Sal



PREPARACIÓN DE LA MASA

1. Mezcle en un bol la harina de trigo y la sal. Coloque la mezcla sobre la superficie de trabajo y haga un hoyo en el centro, de modo que la harina quede con forma de volcán.
2. Agregue los huevos y el aceite de oliva, y amase hasta obtener una masa homogénea. En caso de que la masa quede muy seca, incorpore el agua necesaria para conseguir una masa suave y lisa.
3. Deje reposar la masa por 30 minutos en un bol untado con aceite de oliva y cúbralo con un paño húmedo.

PREPARACIÓN DEL RELLENO

1. Marine el cordero con la pimienta, el tomillo, el ajo y el aceite de oliva.
2. Caliente el horno a 200°C (400°F).
3. Coloque el cordero en una bandeja y hornéelo hasta que esté cocido (aproximadamente 20 minutos).
4. Retire del horno y, cuando esté frío, muela el cordero o corte en cuadritos muy pequeños.
5. Mezcle con el queso parmesano y rectifique la sal.



Tortelloni gigantes, rellenos de cordero

Para 6 porciones

PARA LA SALSA

30 hojas grandes de albahaca fresca
3 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla mediana, picada en cuadros pequeños
1 diente de ajo picado finamente
500 gramos de tomate en lata licuado
1 cucharadita de orégano seco
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de pimienta negra recién molida
1 taza de aceite vegetal

PREPARACIÓN DE LA SALSA

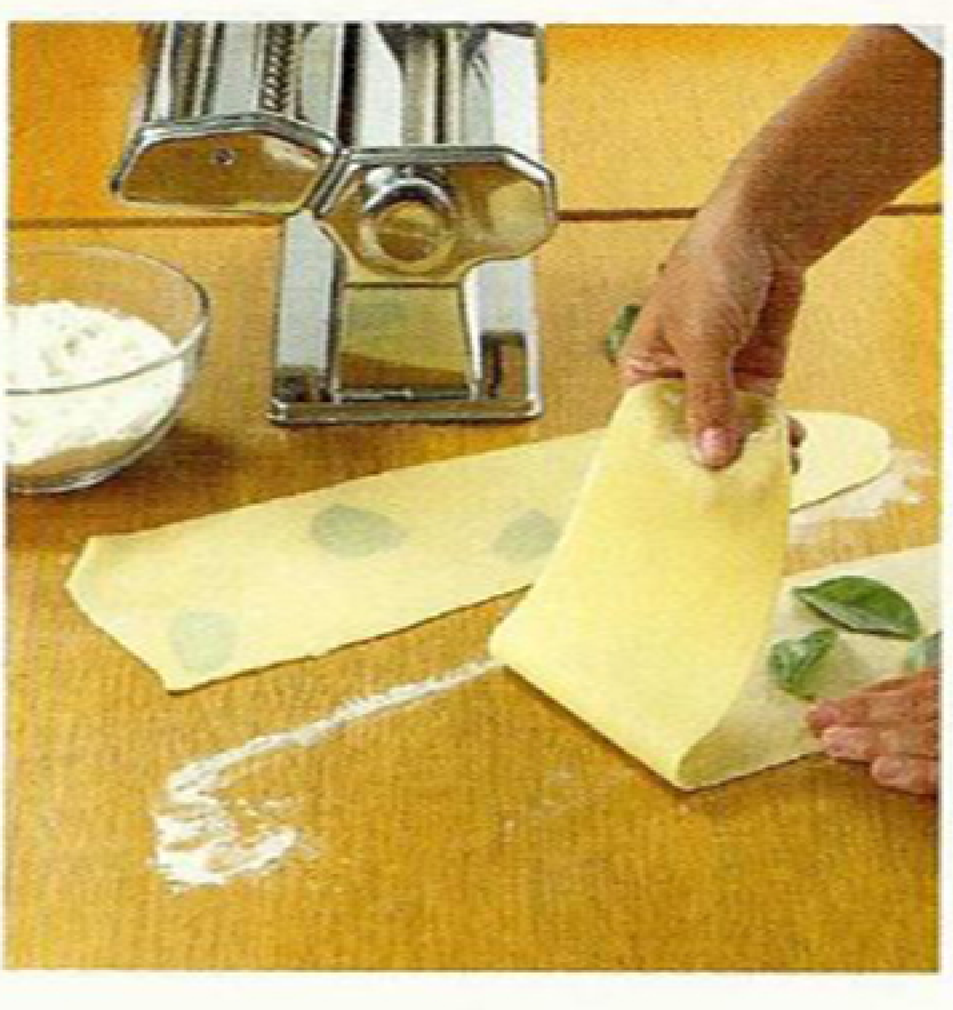
1. En una olla, caliente el aceite de oliva y marchite por 5 minutos la cebolla y el ajo. Agregue el tomate y el orégano, y salpimiente.
2. Cocine a fuego muy bajo por 40 minutos hasta que tenga la consistencia de una pasata. En aceite bien caliente, fría las hojas restantes de albahaca hasta que estén traslúcidas y crujientes pero cuidando que no se pongan marrones.

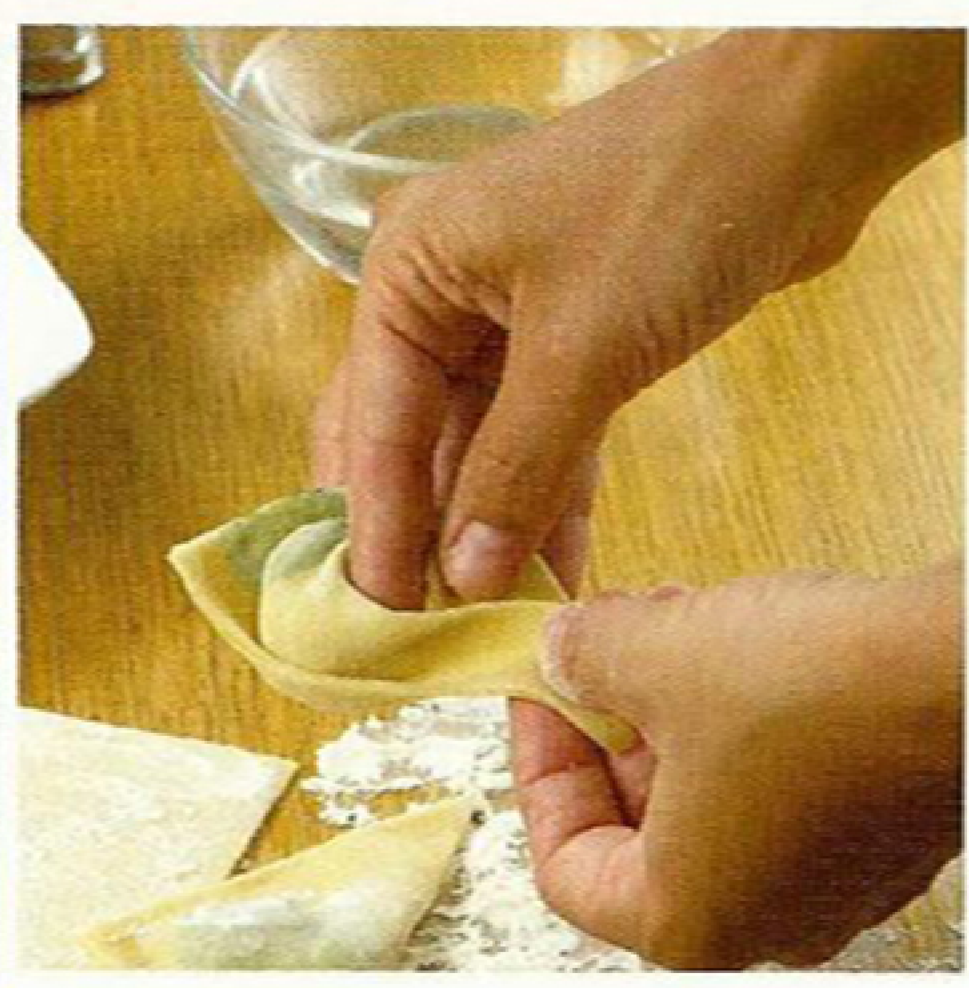
PREPARACIÓN DE LOS TORTELLONI

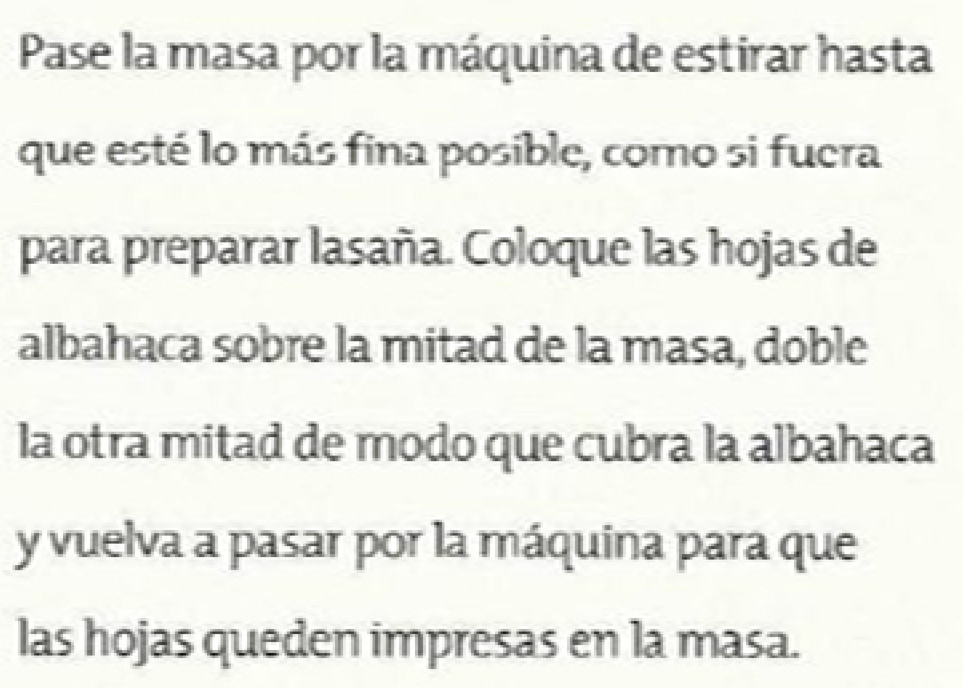
1. Pase la masa por la máquina de estirar hasta que esté lo más fina posible
2. Disponga las hojas de albahaca hasta la mitad de la masa, cubra con la mitad sin hojas y vuelva a pasar por la máquina.
3. Corte 18 cuadros de 10 centimetros de lado, en el medio coloque relleno de cordero y doble con forma de tortelloni. Hierva por 5 minutos.
5. Para servir, disponga 3 tortelloni en el medio del plato en forma de media luna, como aro paralelo inferior un poco de salsa de tomate y decore, finalmente, con un par de hojas fritas de albahaca.

¿Cómo se hace?

Tortelloni gigantes, rellenos de cordero







Pase la masa por la máquina de estirar hasta que esté lo más fina posible, como si fuera para preparar lasaña. Coloque las hojas de albahaca sobre la mitad de la masa, doble la otra mitad de modo que cubra la albahaca y vuelva a pasar por la máquina para que las hojas queden impresas en la masa.

Rellene cada cuadro de masa y doble con forma de tortelloni.

Recetas base

Picadillo base

INGREDIENTES

1 cebolla grande, picada en cuadritos
4 cucharadas de jengibre fresco, picado en trozos muy pequeños
10 ajíes dulces rojos, sin semilla y picados muy finamente
4 cucharadas de la parte blanca del ajo porro, picadita
4 cucharadas de cilantro fresco picadito

PREPARACIÓN

1. Una todos los ingredientes y reserve refrigerado.

Puede guardar el picadillo base en la nevera hasta por 3 días y usarlo como aliño en una gran variedad de recetas.

Glosario

BRUNOISE corte en forma de dados muy pequeños, de 1 a 2 milímetros por lado. Es lo que popularmente llamaríamos en Venezuela "picadito".

BOUQUET GARNI es un manojo de hierbas (perejil, tomillo y hojas de laurel) amarrado con un pabilo que se usa para aromatizar un caldo. Las hierbas se mantienen en la olla cuando la sopa hierve y se retiran al momento de servir.

HONGOS SHIITAKE es un hongo seco muy usado en la cocina asiática. La mejor manera de consumirlo es remojándolo en caldo tibio con soya. Se puede adquirir en tiendas chinas o japonesas.

HONDASHI concentrado de pescado en polvo. Se puede adquirir en tiendas japonesas.

HOJUELAS DE BONITO el bonito es un pescado muy parecido al atún, que una vez seco es vendido en muy finas escamas marrones. Se puede adquirir en tiendas japonesas.

PEPPERONCINI chile italiano, se emplea para dar un gusto picante a las salsas para pastas o pizzas.

POLVO CINCO ESPECIAS condimento de la gastronomía china elaborado con cinco especias dulces: canela de China, clavo, hinojo, anís estrellado y pimienta china en granos mezclada con sal. Se utiliza para recubrir comidas fritas y para sazonar algunos platos. Se puede adquirir en tiendas especializadas en gastronomía china.

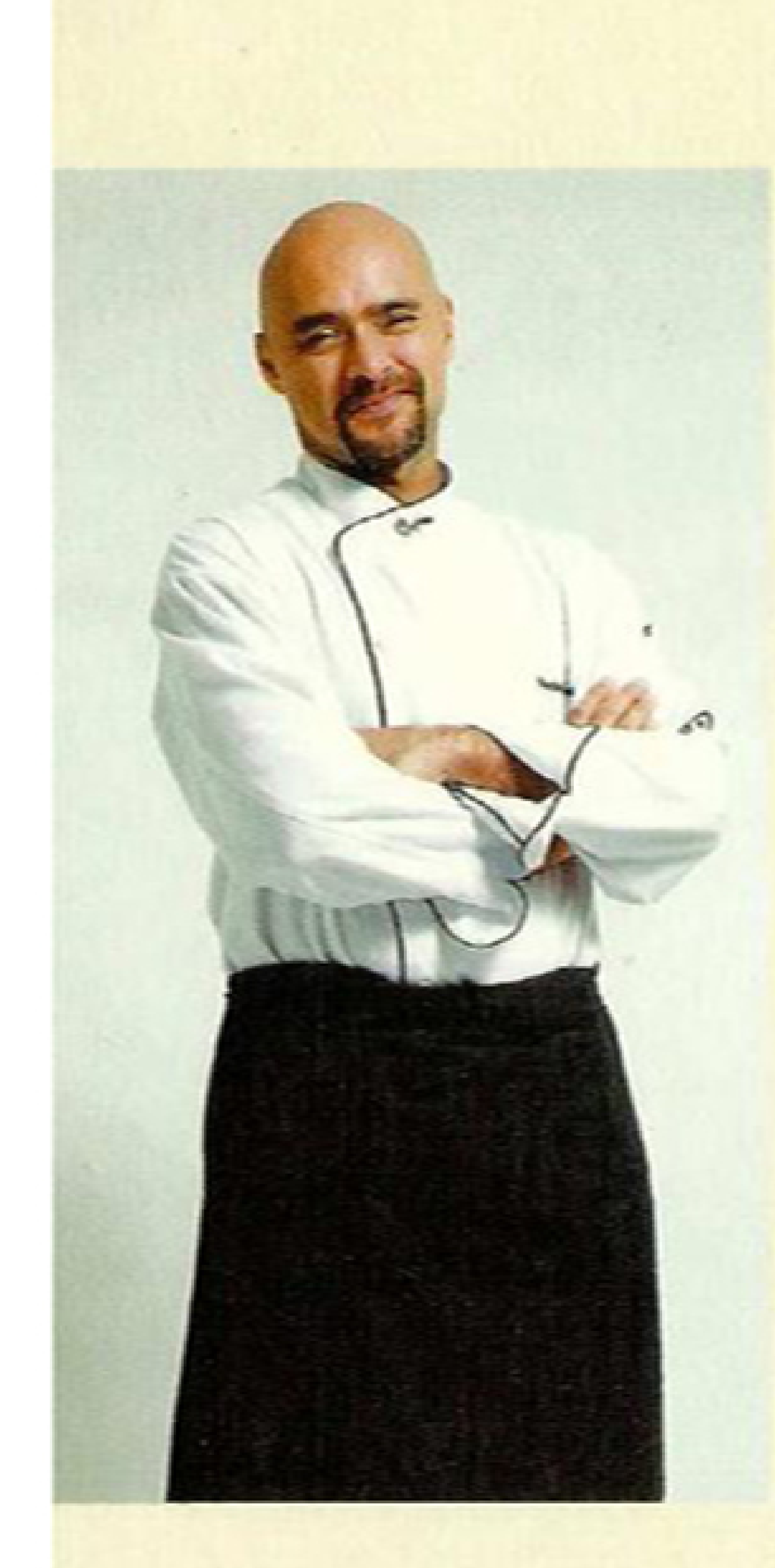
SALSA DE OSTRAS salsa espesa marrón, base de casi toda la comida china. Debe usarse con cuidado ya que es muy salada. Se puede conseguir en mercados chinos.

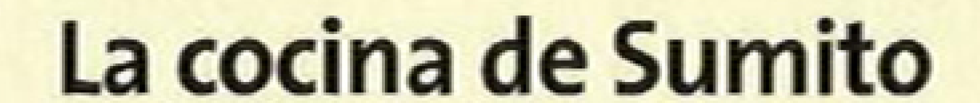
SALSA DE SOYA SUAVE O CLARA la soya suave japonesa es una salsa con un porcentaje menor de sodio; por su parte, la soya clara china es una salsa de color menos intenso.

SALSA DE SOYA NEGRA U OSCURA también conocida como salsa de soya y hongos (mushroom soy sauce), es de color negro intenso y algo espesa. Se consigue en mercados chinos.

SÉMOLA harina muy fina, base para hacer pastas italianas. Se consigue en la sección de pastas italianas de los supermercados.

índice





La cocina de Sumito



1. ¡Viva la carne!
2. Cocina con aromas venezolanos
3. **¡Viva la pasta!**
4. Frescas y ligeras. Ensaladas
5. Postres para impresionar
6. El cereal universal. Arroces y risottos
7. Típicamente venezolano
8. Sabores exóticos. Cocina con sazón hindú
9. Del mar a la mesa. Pescados
10. Para levantar el ánimo. Sopas y cremas
11. Tiernas y jugosas. Aves
12. Cocinar al frío. Carpaccios, sashimis y ceviches
13. El rico sabor de los vegetales. Cocina vegetariana
14. Más cocina con aromas venezolanos
15. Menús, sugerencias y recomendaciones

ISBN 978-980-388-401-7

